

# Меню 25 ЯНВАРЯ

## Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные Закуски</b>					
Салат из белок капусты	60	0.93	3.05	5.64	54
<b>Вторые блюда</b>					
<b>Плов с говядиной</b>	<b>40/150</b>	<b>11.61</b>	<b>14.59</b>	<b>42.76</b>	<b>357</b>
гарниры					
<b>напитки</b>					
компот из св яблок	200	0.08	0.08	11.9	49
печенье весовое	2/30	1.07	1.14	8.23	48
хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню ЯНВАРЯ

## Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные Закуски</b>					
Салат прага	80	5.2	9.5	1.50	113
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
<b>Вторые блюда</b>					
Рыба запеченая	75	15.8	9.9	2.61	163
Медальоны из кур грудок	75/5	20.4	20.3	2.7	277
Плов с говядиной	40/160	11.9	15.0	42.76	357
<b>гарниры</b>					
рис отварной	180	4.6	6.5	48	269
картофель запеченный	180	4.2	9.9	34.1	242
<b>Напитки</b>					
Напиток лимонный	200	0.14		24.43	101
хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.52	0.16	9.84	47

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

